

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 84

data	śniadanie		obiad	duży	mały	podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 2018-10-08	płatki kukurydziane na mleku	220g	zupa barszcz czerwony z jajkiem	250g	250g	tosty z szynką, serkiem i warzywami	100g
	pieczywo mieszane	30g	kluski leniwe z masłem i bułeczka	375g	250g	herbata owocowa	200ml.
	masło	5g	marchew z jabłkiem	150g	100g		
	sałata / pomidor	30g	kompot/ woda z cytryną	250ml.	250ml.		
	szynka wiejska	20g					
	alergeny						
WTOREK 9.10.2018	owsianka z owocami	220g	zupa dyniowa z makaronem	250g	250g	budyń waniliowy z owocami	150ml.
	pieczywo mieszane	30g	klopsiki z mięsa wieprzowego	120g	100g	ciastka zbożowe	30g
	pastą jajeczną z jogurtem	40g	z sosem koperkowym	150g	100g		
	papryka	20g	kasza jęczmienna	150g	100g		
			surówka z kapusty czerwonej	150g	100g		
			kompot/ woda z miętą	250ml.	250ml.		
	alergeny						
ŚRODA 10.10.2018	kakao	200ml.	zupa jarzynowa	250g	250g	sernik jogurtowy na kruchym cieście	100g
	pieczywo mieszane	30g	udko trybowane	90g	70g	sok 100%	200ml.
	masło	5g	ryż	150g	100g		
	sałata/ ogórek	30g	surówka z buraczków - burak jabłko,	150g	100g		
	polędwica sopocka	20g	kompot/ herbata owocowa	250ml	250ml		
	alergeny		alergeny 1,3,6,7,11, 9,12,13				
CZWARTEK 11.10.2018	kawa zbożowa na mleku	200ml	delikatna zupa grochowa	250g	250g	bułeczka z dżemem	100g
	pieczywo mieszane	30g	gulasz wieprzowy	90g	70g	herbata owocowa	200ml.
	masło	5g	kluski śląskie	150g	100g		
	wędlina	50g	surówka po żydowsku	150g	100g		
			kompot/ woda pomarańczowa	250ml	250ml		
	alergeny 1,3,6,7,9,10,11,		alergeny 1,6,7,9,10,13,12,			alergeny 1,3,6,7,	
	zacierki na mleku	220g	zupa pomidorowa z ryżem	250g	250g	chałka z serkiem i brzoskwinia	100g
	pieczywo mieszane	30g	filet z dorsza panierowany	90g	70g	herbata owocowa	200ml.
	masło	5g	ziemniaki	150g	100g		
	ser żółty	30g	surówka z kapusty kiszzonej	150g	100g		

PIĄTEK 12.10.2018	herbata	200ml	alergeny 1,6,7,9,10,13,12,				
	alergeny 1,3,6,7,9,10,11,		kompot/ herbata owocowa	250ml	250ml	alergeny 1,3,6,7,	